

© Tidsskrift for Sjelesorg

Artikkelen er bedømt av

redaksjonsuavhengig fagfelle

## Å frigjøre den andres potensial

### Kan coaching i sjelesorgsamtaler ha positiv betydning?

Av Gry Espedal

#### Sammendrag

Kristen coaching er i ferd med å bre om seg innen internasjonal sjelesorglitteratur. Få har imidlertid sett på coaching i en norsk sjelesorgkontekst. Denne artikkelen tar utgangspunkt i en kvalitativ studie der det er stilt spørsmål om coaching kan ha positiv betydning i sjelesorgsamtaler. Flere norske sjelesørgere har uttrykt ønske om å utvikle dialog med andre fagtradisjoner for å finne et moderne uttrykk for sjelesorg. Utfordringen er å finne frem til en sjelesorgtilnærming som kan ta på alvor det mennesket eksistensielt er opptatt av. Selv om det vitenskapelige fundamentet for betydningen av coaching ikke er entydig, viser funnene i denne studien at særlig ekklesiale sjelesørgere (menighetsprester) opplever at de har behov for nye samtalemetoder. Sjelesørgerne mener coaching kan hjelpe dem til å bli mer fremtidsorienterte i samtalene.

---

#### 1. Innledning

De siste årene har flere tatt til orde for å gjennomtenke sjelesorgens teoretiske egenart (Bunkholt, 2007; Leif Gunnar Engedal, 1994; Grevebo, 2006; Iversen, 2013). Sjelesorgen plasserer seg i et felt av samtaletilnærminger som er i rivende utvikling. Mennesker som ønsker samtale, kan velge mellom psykolog, psykiater og terapeut som utfører alt fra atferdsterapi, kognitiv terapi til mer humanistisk terapi og gestaltterapi for å nevne noe. Dette gjør det nødvendig også for den sjelesørgeriske tradisjonen å løfte blikket for å se om de når frem til konfidenten og gir den hjelpen han søker, eller undersøke om det er andre tilnærminger som kan dekke det konfidenten eksistensielt er opptatt av.

Det finnes en rekke tilnærminger innen de ulike sjelesorgretningene. Internasjonalt kan sjelesorgen deles inn i åtte hovedretninger (Grevebo 2006). På den ene siden finnes retninger som legger hovedvekten på Gud og formidling av budskap i sjelesorgen. Blant disse finner vi kerygmatiske, bibelbasert og karismatisk sjelesorg. Innen disse retningene oppfattes sjelesorg som forkynnelse av Guds åpenbaring for enkeltpersoner. Andre retninger, som dybdepsykologisk (analytisk) og partnersentrert (terapeutisk) sjelesorg, legger mer vekt på den hjelpesøkendes behov.

En mer menighetsfundert (ekklesial) sjelesorg, der sjelesorg blir sett på som kirkelig omsorg til tro og liv, er en annen retning. Det har blitt rettet kritikk mot sjelesørgeriske retninger som har sterke bindinger til psykovitenskapene, som også blir oppfattet å føre til en svekkelse av det kristne fellesskapet. Isteden ønsker kritikerne oppmerksomhet rundt kontekst og tilhørighet (Leif Gunnar Engedal, 2004; Grevebo, 2006).

Mennesker som kommer til sjelesorg hos en kirkelig medarbeider, gjennomfører ofte bare én samtale. Det er derfor behov for korttidsorientert teori og metodikk for å håndtere de problemene og utfordringene konfidenten ønsker å ta opp. En løsningsfokuset sjelesorgsamtale vil være fremtidsorientert, lete etter unntak fra situasjonen og bygge på styrker (James, 2001). Mange mennesker som kommer til sjelesorg, ønsker en ny fremtid og ikke primær innsikt i fortiden (Stone, 2001). Stone mener løsningsfokuset korttidsterapi kan gi sjelesørgeren flere verktøy i møte med pasienter som ønsker en annerledes situasjon. Dette gjør det relevant å spørre om også en tradisjon som coaching kan ha noe å tilføre sjelesorgsamtaler med mennesker i dag.

De siste tiårene har coaching bredd om seg innen organisasjons- og ledelsesfaget, der hensikten har vært å utvikle relasjoner, støtte, oppmuntre og utvikle menneskers potensial. Internasjonalt kan det identifiseres mellom 15 og 18 ulike coachingretninger som bygger på alt fra humanistisk-psykologiske tradisjoner til mer fenomenologisk og eksistensiell filosofi (M. E. Berg, 2010). De ulike coachingtradisjonene har utviklet teknikker og verktøy som kan brukes til å skape tilstedeværelse og fremdrift i en samtale. Dette til tross for at det vitenskapelige fundamentet for om coaching har effekt, ikke er entydig (Bjørndal, 2009; Lauvås & Mathisen, 2007)

Internasjonalt dukker det stadig opp bøker om kristen coaching (Collins, 2009; Hall, Copper, & McElveen, 2009; Melander, 2006; Miller & Hall, 2007; Montgomery, 2009; Stoltzfus, 2009). I databaser over forskningsartikler får man treff som kobler coaching og spiritualitet, (Courville, 2009 ; Elliot, 2010; Levy & Chan, 2006). Det er imidlertid ingen artikler som omhandler kristen coaching eller coaching og sjelesorg (pastoral counselling eller pastoral care). Litteraturen om kristen coaching består først og fremst av enkeltstående teoretiske utlegninger, det er få av dem som baserer seg på empiri.

Denne artikkelen handler om hvorvidt en samtaletradisjon som coaching kan ha positiv betydning innen sjelesorg. Det er relevant å stille spørsmål ved om en relativt målrettet og prestasjonsfremmende aktivitet som coaching kan ha noe for seg i en eksistensiell samtaletradisjon som sjelesorg. Kan den tilføre den tradisjonelle samtaletradisjonen nødvendige teknikker, eller vil det å anvende den gå mot sjelesorgens hensikt?

Artikkelen baserer seg på en kvalitativ studie gjort blant sjelesørgere i Norge (Espedal, 2012). Formålet med studien var å undersøke om et utvalg sjelesørgere tror coaching i sjelesorgsamtaler kan ha positiv betydning, og om coaching kan tilføre sjelesorgfeltet noe den selv ikke har.

## 2. Teori

Sjelesorgen har røtter tilbake til før-kristen tid. Både Platon, pave Gregor den store, reformatoren Martin Luther, filosofen og teologen Søren Kierkegaard og Anthon Boisen, grunnleggeren av Clinical pastoral education (CPE), har levert betydningsfulle bidrag til vår tids forståelse av sjelesorg (Grevebo 2006).

Sjelesorg kan defineres som en samlende kirkelig uttrykksform der alle er sjelesørgere og alt er sjelesorg (Grevebo 2006), eller det kan dreie seg om enkeltstående samtaler der sjelesørgere møter mennesker i ulike livssituasjoner der det handler om å ta deres erfaring på alvor (Stoltenberg, 2008). Grevebo (2006) har identifisert åtte ulike hovedretninger innen internasjonal sjelesorg (Se tabell 1).

<b>Ulike sjelesørgeriske retninger</b>	Kerygmatiske sjelesorg	Evangelikal sjelesorg	Karismatisk sjelesorg	Spirituell sjelesorg	Ekklesial sjelesorg	Terapeutisk sjelesorg	Sosio-politisk sjelesorg
<b>Kjennetegn på sjelesorgen</b>	Forkynnelse av Guds åpenbaring for enkeltpersoner	Personlig engasjert påvirkning fra bibelske sannheter	Åndelig fullmakts gjerning i Jesu navn	Sjelesorge n er medvandr ende henvisning til Guds dype hemmelighet	Kirkelig omsorg til tro og liv	Profesjonell og psykologidom inert hjelp til selvhjelp	Befrielse og forandring av livshemmende ytre forhold

Tabell 1: Oversikt over ulike internasjonale sjelesorgretninger (Grevebo 2006)

Innenfor en terapeutisk retning kan sjelesorg defineres som profesjonell og psykologidominert hjelp til selvhjelp (Grevebo 2006). En av de mer utbredte sjelesorgutdanningene, Clinical pastoral education (CPE), faller inn under terapeutisk sjelesorg. Innenfor den mer kirkelig orienterte retningen (ekkllesial sjelesorg) spiller det kirkelige og diakonale en større rolle. Her ses sjelesorgen som kirkelig omsorg til tro og liv. Disse to retningene er kanskje de mest fremtredende i norsk sjelesorgutdanning, men de seks andre retningene finnes også representert i Norge. Ingen av de åtte retningene kan sies å ha integrert elementer fra coaching.

Coaching er en samtaletradisjon som siden 1980-årene har hatt relativ stor utbredelse innen organisasjonslivet, også i Norge (Ladegård, 2008). Tradisjonelt blir coaching betraktet som en tilnærming som er både målorientert og fremtidsrettet. En av de mest utbredte coachingtilnærmingene er GROW-modellen, der hver av bokstavene i ordet GROW har sin egen betydning (Whitmore, 2002). Det blir ansett som viktig å etablere et mål (Goal), før realitetsorientering (Reality). Deretter ser man etter muligheter (Oportunities) og *når* noe skal skje (When). Retningen blir kritisert for å være individorientert og ganske «amerikansk» i den forstand at alle kan bli sin lyktes smed innen «the game of life and business» (Rønning, 2005).

Andre coachingretninger er fenomenologiske og eksistensielle i sin tilnærming. Flaherty (1999) presenterer den fenomenologiske coachingretningen med utgangspunkt i et systemisk, holistisk perspektiv som baserer seg på filosofer som Hans-Georg Gadamer og Martin Heidegger. Coachings oppgave er å se på hvordan fenomener dukker opp i mennesker liv. Flaherty definerer coaching som en mulighet til å undersøke hva coachee (den som kommer til samtale) allerede gjør i lys av sine intensjoner.

The Coaches Training Institute (CTI) er den sterkest voksende utdanningskolen innen coaching. Deres metode kalles Co-active coaching, og regnes som en eksistensiell coachingretning (Kimsey-House, Kimsey-House, & Sandahl, 2011). Med en Co-active coachingtilnærming handler det ikke primært om å øke effektivitet eller oppnå mål. Coaching er isteden en tilnærming der oppdagelse, bevissthet og det å gjøre valg er viktig. Gjennom coaching gis mennesker kraft (em-powerment) til å finne egne svar, mot og støtte til å gjøre valg.

Innen kristen coaching er intensjonen å hjelpe mennesker til å leve et liv i forandring innen en kristen ramme. Collins (2009) definerer kristen coaching som å veilede og sette individer og grupper i stand til å bevege seg fra der de er til der Gud ønsker de skal være. Miller og Hall (2007) mener kristen coaching er et fokusert Kristus-sentrert forhold som utvikler en persons vekst og handling. Løsningsorientert korttidsterapi inkluderes i en sjelesørgerisk ramme (Stone 2001).

## En teoretisk sammenligning av sjelesorg og coaching

Sjelesorg og coaching representerer to samtaletradisjoner som drar veksler på de samme, men også på ulike fagtradisjoner. Nedenfor er det stilt opp en tabell basert på en sammenligning av de to tradisjonene (se tabell 2). I sammenligningen er det lagt vekt på de nyeste norske sjelesorgbøkene (Bergem, 2008; Grevebo, 2006; Okkenhaug, 2010). Innen coachinglitteraturen er det tatt utgangspunkt i den fenomenologiske tradisjonen (Flaherty, 1999) og den eksistensielle coachingretningen (Kimsey-House et al., 2011).

Sammenligningen viser et noe ulikt historisk tidsforløp for de to samtaletradisjonene. Sjelesorgen representerer en tradisjon med røtter tilbake til antikken, og den har fulgt kristendommen helt fra oldkirken. Coaching er en mye yngre tradisjon som ble etablert i organisasjonslivet i 1980-årene. Med hensyn til hvem som kan kalle seg sjelesørger eller coach, er betegnelsen sjelesørger stort sett reservert mennesker med bakgrunn innen eller relasjon til en kirkelig kontekst, mens hvem som helst i prinsippet kan kalle seg coach.

Rammene for gjennomføring av de to samtaletradisjonene er forskjellig. Mens sjelesorg ofte foregår i kirkelig regi, er coaching for det meste knyttet til organisasjonslivet, selv om tilnærmingen brer om seg innen både private områder («life coaching») og i kirken. Coaching retter seg ofte mot friske mennesker, mens sjelesørgere snakker med syke, friske, levende og døende i eksistensielle og åndelige samtaler. Hensikten med samtalene kan forstås som nokså lik, nemlig å frigjøre mennesket til å utnytte sitt potensial (coaching) eller å tåle livet eller leve et autentisk liv (sjelesorg).

Begge tradisjonene drar i sin tilnærming veksler på andre fagtradisjoner, som psykologi og psykoterapi, eksistensiell filosofi og fenomenologi. Sjelesorg har i tillegg et fundament innen teologi og spiritualitet. Innenfor begge tradisjonene pekers det på behov for ulike ferdigheter, metoder og teknikker for å gjennomføre samtaler. Både coach og sjelesørger er opptatt av ferdigheter som å lytte, bruke intuisjon, nysgjerrighet og gå i dybden. Imidlertid er det en interessant forskjell ved at innen coachingtradisjoner fremheves det «å bringe den andre fremover», noe som ikke er så fremtredende i sjelesorgtradisjonen.

	Sjelesorg	Coaching
<b>Historie</b>	Røtter i antikken  590 e.Kr.: Pave Gregor den store gir sjelesorgen varige impulser  Ca. 1930: Anthon Boison legger grunnlaget	«Røtter» i antikken  1980-årene: Coaching blir for første gang brukt i næringslivet av Thomas J. Leonard  1992: The Coaches Training Institute (CTI) blir etablert i San Rafael i USA av Laura Whitworth og

	for den pastoral-kliniske utdannelsen	Henry og Karen Kimsey-House
<b>Bakgrunn/utdanning</b>	<p>Pastoral-klinisk utdanning (Norge)</p> <p>Clinical pastoral education (USA)</p> <p>Master i klinisk sjelesorg på Det teologiske Menighetsfakultet, studietilbud i kristen sjelesorg på Diakonova eller grunnutdanning i sjelesorg ved Institutt for Sjelesorg, for å nevne noen</p>	<p>CTI er en av mange skoler som utdanner coacher</p> <p>Sertifisering kan oppnås gjennom ICF (USA)</p> <p>Tittelen coach er ubeskyttet</p>
<b>Kontekst for utførelse</b>	Kirkelig kontekst	Organisasjonsliv (executive coaching) og privatliv (life coaching)
<b>Ulike retninger</b>	<p>Åtte internasjonale hovedretninger innen sjelesorg, med nedslagsfelt i Norge innen:</p> <p>Kerygmatiske orientert sjelesorg</p> <p>Terapeutisk orientert/ konfidentsentrert sjelesorg</p> <p>Kirkelig orientert / ekklesial/kontekstavhengig sjelesorg</p>	<p>15–18 coachingretninger som bygger på ulike teorier som:</p> <p>atferdsteori, kognitiv teori, kognitiv atferdsteori, psykodynamisk systemteori, eksistensialisme, fenomenologi, humanisme, gestaltteori, NLP, løsningsfokuset teori, personsentrert teori</p>
<b>Utfører av sjelesorg/coaching</b>	Teologer og andre kirkelig ansatte og medarbeidere	Hvem som helst
<b>Den som utfører kan ses på som</b>	Medvandrer, livsveileder	Fødselshjelper, sparringpartner
<b>Hvem er konfident/klient eller coachee?</b>	Syke, friske, levende og døende i eksistensielle eller åndelige kriser eller med hverdagslige utfordringer	Oftest friske mennesker med et problem eller en utfordring
<b>Hensikt</b>	<p>Frigjøre mennesket til å leve et autentisk liv som seg selv, sammen med andre og som det mennesket Gud har skapt</p> <p>Være sammen med mennesker i en sårbar og av og til meningsløs situasjon. Hjelp mennesker å tåle livet, men også drive med livsveiledning</p>	<p>Frigjøre menneskets potensial</p> <p>Utforske, klargjøre og arbeide med det coachee ønsker. Bringe frem coachees egne løsninger og strategier og holde coachee ansvarlig</p>
<b>Ferdigheter, metoder, teknikker</b>	Å gi oppmerksomhet, tid og ro, kroppsspråk, ambivalens, å tyde tegnene, samspillet,	Lytte, bruke intuisjon, nysgjerrighet, gå i dybden, <i>bringe fremover</i> og selvledelse

	tausheten, å bruke seg selv, responsen, å bruke et presist språk, å invitere til tydelighet, spørsmålene og en aksepterende holdning.	
--	---	--

Tabell 2: Tabell over likheter og ulikheter mellom sjelesorg og coaching

## Metode

For å finne ut hva informantene forstår med coaching og hvordan de oppfatter coaching kan brukes i sjelesorgsamtaler, ble det valgt en hovedsakelig induktiv tilnærming.<sup>1</sup> Data til studien ble hentet fra tre forskjellige grupper teologer (til sammen syv informanter) for å sikre bredest mulig tilfang av informasjon:

Gruppe 1 (3 informanter): eksperter på sjelesorg. Informantene hadde alle skrevet artikler om sjelesorg, undervist andre i sjelesorg og/eller drevet egen sjelesorgpraksis, i tillegg til å inneha pastoral-klinisk utdanning.

Gruppe 2 (2 informanter): studentprester i Norge. Informantene har relativt mange samtaler som kan kalles sjelesorgsamtaler. De snakker ofte med friske mennesker i eksistensielt utfordrende situasjoner.

Gruppe 3 (2 informanter): menighetsprester. Informantene har fra få til mange samtaler og møter mennesker i ulike livssituasjoner. Oftest dreier det seg om kasualiasamtaler, men også hverdagslige eksistensielle samtaler.

Intervjuguiden til undersøkelsen tok utgangspunkt i følgende hovedhypotese:

1. Coaching kan hjelpe sjelesørgere i sjelesorgsamtaler.

Det ble også stilt spørsmål knyttet til to underhypoteser:

2. Coachende teknikker kan hjelpe sjelesørgere til å bli mer målorientert i samtalene.
3. Coachende teknikker kan hjelpe sjelesørgere til å bli mer fremtidsorientert i samtalene.

<sup>1</sup> I det empiriske studiet som ligger til grunn for artikkelen, ble det valgt en induktiv tilnærming siden vi vet lite om problemområdet. Semistrukturerte intervjuer ble brukt som primær datainnsamlingsmetode for å kunne gå i dybden i større grad enn i bredden. Datamaterialet ble utsatt for en induktiv generering som går ut fra enkelte tilfeller – empiri – for å danne en generell konklusjon (Alvesson & Skoldberg, 2009; Grenness, 2001, 2004)

### 3. Resultater

#### Sjelesorgens hensikt

Informantene ble kategorisert i ulike sjelesorgretninger på bakgrunn av Grevebos (2006) åtte hovedretninger innen sjelesorg. Dette ble gjort for å systematisere materialet og forstå den enkeltes informants sjelesørgeriske ståsted. En kvalitativ vurdering av sjelesørgerens ord og uttrykk om sjelesorg ble utslagsgivende for plasseringen.

Informantene fordelte seg med fire informanter i gruppen terapeutiske sjelesørgere og to i gruppen ekklesiale sjelesørgere. En siste informant sto med en fot i begge retninger fordi vedkommende brukte like mange ord og uttrykk fra hver tradisjon. Hovedsakelig plasserte sjelesorgekspertene seg i gruppen terapeutiske sjelesørgere, mens menighetsprestene samlet seg i gruppen ekklesiale sjelesørgere. Studentprestene fordelte seg med én representant i hver gruppe.

De terapeutiske informantenes sjelesorgforståelse var relasjonell og prosessuell. Deres viktigste siktemål med samtalen var å etablere en god relasjon til konfidenten. Dette ble understreket av en informant som brukte ordet *sjeleomsorg* om tilnærmingen, som en måte å møte den andre på, en måte å forstå den andre og forstå seg selv i relasjon til den andre på. Sjelesorgens prosessuelle tilnærming ble forstått som å være i dialog med det konfidenten kommer med og som en tolkning av hva det betyr.

Samtaleprosessen ble likevel oppfattet som noe ulikt terapeutiske prosesser. Tema for samtaler kunne falle inn under lignende tema som det psykologiske fagfeltet var opptatt av. Et temaområde som likevel uthevet seg for sjelesørgere, var døden. En sjelesørger beskrev sjelesorgsamtalene som mye mer enn samtaler og brukte begrepet «way beyond the point of» samtale. En annen forskjell kom frem i det sjelesørgerne mente sjelesorgsamtaleprosessene bygget på en erkjennelse av at Gud finnes.

Hensikten med sjelesorgen ble beskrevet som å *hele* eller frigjøre konfidenten til å leve det livet Gud har ment dem å leve, eller som frigjøring til å leve et autentisk liv. En informant forklarte det med utgangspunkt i *empowerment*-tradisjonen.

Ekklesiale sjelesørgerne satte sjelesorgsamtalen i en kirkelig ramme der det kirkelige fellesskapet var viktig. Sjelesørgeren så på seg selv som et religiøst symbol på at «Gud på et vis er til stede uten at det blir nevnt». For dem var hensikten med samtalen å bekrefte konfidentens tro og gi ham eller henne en opplevelse av håp og styrke. Det at konfidenten kommer til kirken og ikke velger andre samtaletilbud, ble tolket som at de ønsket noe annet enn terapi.



## Kan coaching hjelpe i sjelesorg samtalen?

Studien viste at både de terapeutiske og de ekklesiale sjelesørgerne generelt har en åpen, men kritisk holdning til bruk av coachende teknikker. Begge gruppene bruker allerede psykologiske metoder og tilnærminger i samtaler. En sunn skepsis kan likevel spores i det at sjelesørgere er opptatt av at tilnærminger ikke må brukes for å «pushe» konfidenten mot mål på en slik måte at han føler han må gå inn i en rolle han ikke er komfortabel med. En informant sa at det er « sjelesorgens privilegium å kunne holde på og samtale med folk uten at noe blir bedre, uten at noe endrer seg, uten at et mål skal oppnås, og uten at det behøver å være et nederlag eller mislykket hvis ikke noe skjer».

Flere informanter nevnte likevel at de trengte ulike metoder og tilnærminger nettopp fordi konfidenter er forskjellige. En informant trakk frem behov for coaching særlig i samtaler med unge mennesker. En annen informant sa at han opplevde at han manglet metoder til å hjelpe mennesker «å løse problemer», og at samtaler kunne bli «kjedelige». Han ønsket å være mer løsningsorientert i samtaler. En informant sa at «prester kunne ha mye å lære av det (coaching) fordi det kunne gi et redskap til å gjøre de tingene sjelesørgere allerede gjør, i et litt mer organisert system».

For å gjøre det tydeligere når sjelesørgere synes coaching kunne være relevant, ble de ulike samtaler en sjelesørgere kan ha, delt inn i to typer: *livsveiledende* samtaler og samtaler av mer *eksistensiell* karakter. I den siste typen samtaler snakkes det med døende eller med mennesker som opplever tilværelsen som meningsløs. Sjelesorgsamtaler skal hjelpe konfidenter til *å tåle livet*, og oppfattes som en motvekt til et samfunn som ikke «tåler smerte». Innen denne tilnærmingen ser sjelesørgere på sitt bidrag som særegent.

Innen såkalte *livsveiledningssamtaler* handler det om å hjelpe mennesker med *å løse problemer*. Sjelesørgere opplever at personer kommer til samtalen med en hverdagssituasjon de ønsker annerledes. Det er særlig i slike samtaler coaching kan «hjelpe folk inn på gode spor». Coachende teknikker som å være mer fremtidsorientert og målrettet blir trukket frem som relevante. En informant sa:

*Det kan nok hende at jeg, nå snakker jeg for meg, ikke har hatt det så tydelig for meg. Noen teknikker ville kanskje hjulpet meg å sikre fremdrift. Jeg er kanskje mer opptatt av her og nå, enn hvor vi skal.*

Å være fremtidsorientert ble av informantene sett på som å gi konfidenter håp og se etter mening og sammenhenger.

Begge sjelesorgretninger representert i studien gjennomfører både eksistensielle og livsveiledende samtaler. Det kan synes som om det er en viss skepsis mot å bli for målorientert i sjelesorgsamtaler.

Samtidig synes alle studiens informanter å uttrykke ønske om å bli mer fremtids- og håpsorientert i samtaler. Ønsket å om å lære seg teknikker for å skape fremdrift i samtalen kommer tydeligst til uttrykk innen den ekklesiale sjelesorggruppen (menighetsprester). Menighetsprester møter mennesker i ulike livssituasjoner og ofte i mer livsveiledende sammenhenger. Det er særlig i samtaler der konfident ønsker en annerledes situasjon, at sjelesørgerne mener coaching kan bidra. Et eksempel kan være, som en informant sa, en sørgesamtale som glir over til å bli en samtale der konfident begynner å snakke om en vanskelig livssituasjon.

#### 4. Diskusjon

Studien avdekker at sjelesørgerne har to typer samtaler. Eksistensielle og livsveiledende samtaler kan synes å ha samme utgangspunkt, nemlig at sjelesørgeren skal være til stede i en annen persons liv. I den eksistensielle samtalen, der det handler om å hjelpe mennesker til å tåle livet, kan det tyde på at sjelesørgere ser på sitt bidrag som noe særegent. Det kan være i samtaler som blir karakterisert som «way beyond the point» av samtale, som handler om å være til stede hos døende eller mennesker uten språk. I eksistensielle samtaler ansees kirkens oppgave å være og hjelpe folk «å være i spørsmålene, være i lidelsen, være i det vanskelige». Det blir uttrykt at dette er en motsats til et samfunn som ikke «tåler smerte», der alt skal løses fort, og der det ikke er tid for undring. Informantene uttrykker at det kan virke fremmed å bringe på bane en form for «disiplinering og effektivisering» av en slik samtale.

Denne eksistensielle oppfatningen av samtaler minner om Falk (2011), som påpeker at det ikke handler så mye om hva hjelpepersoner gjør, men at de *er*. Det handler om å være til stede og stå til rådighet som det mennesket sjelesørgeren er. Sjelesørgeren ser i slike tilfeller på seg selv som en medvandrer mer enn en sparringpartner.

Når det gjelder sjelesorgsamtaler som har karakter av å være mer *livsveiledende*, kan det tyde på at det er en åpenhet blant informantene for å finne frem til metoder og tilnærminger som kan bringe konfidenten «fremover». Livsveiledende samtaler, som handler om å hjelpe konfidenten til å løse problemer og komme inn på gode spor, har samme hensikt som Co-active coaching metodikken, som tar utgangspunkt i at samtaler skal hjelpe coachee til oppdagelse, bevissthet og det å gjøre valg. I slike samtaler handler det om å gi mennesker kraft (em-powerment) til å finne egne svar og gi å samtalepartneren mot og støtte på veien til å gjøre valg (Kimsey-House et al., 2011). Også innen den fenomenologiske coachingretningen er intensjonen å se hvordan fenomener dukker opp i menneskers liv, der det blir undersøkt hva samtalepersonen allerede gjør i lys av sine intensjoner (Flaherty, 1999).

Livsveiledningssamtaler kan synes å ligne de kristne coachene Miller og Halls (2007) beskrivelse av samtaler. Hensikten med slike samtaler blir sett som å utvikle en persons vekst og handling i en kirkelig ramme. Lignelsen om talentene (Matt 25,14–30) danner rammen for å hjelpe konfidenten til å bevege seg fremover mot et liv preget av vekst og utvikling.

Flere informanter ønsker å bli mer løsningsfokusert i sjelesorgsamtalen og kan trekke veksler på den løsningsfokuserte tradisjonen. Hovedessensen innenfor løsningsfokusert coaching er å finne frem til konfidentens håp, drømmer og ønsker, detaljer rundt disse samt hvilke ressurser og styrker han har. Hensikten er å arbeide med elementer som kan hjelpe konfidenten til å se et mulighetsrom, en annen situasjon som kan være mer tilfredsstillende for ham (Espedal, Andersen, & Svendsen, 2006). En korttidsterapeutisk sjelesørgerisk tradisjon er allerede etablert (Stone, 2001). Den tar på alvor det som er ødelagt og i stykker, og arbeider med å se på muligheter. Dette regnes som en relevant tilnærming i menighetssammenheng, der det ikke utvikles langvarige psykoterapeutiske relasjoner, men der konfidenten ønsker å få hjelp til et nåværende problem.

I overgangen fra en eksistensiell samtale til en livsveiledende coachingsamtale kan en «sårbarhetsvurdering» være hensiktsmessig (Espedal et al., 2006). Dette handler om hva Kierkegaard kaller hemmeligheten i all hjelpekunst, nemlig å finne den andre der den er, og så starte der. I noen tilfeller har situasjonen vedkommende har opplevd påført ham traumatiske plager. Tegn kan være selvestruktivitet og selvmordsprat. I slike situasjoner må sjelesørgeren trå varsomt.

Å gjøre en sårbarhetsvurdering handler om å kjenne etter underveis i samtalen når konfidenten er klar for å ta et steg fremover. At konfident klarer å sette ord på håp, tenke på andre ting han ønsker å oppnå, drømmer han har, kan være tegn på bevegelse. Et spørsmål som kan være relevant å starte med for å se etter bevegelse, er: «Hva er det som får deg til å stå opp om morgenen, til tross for at du har opplevd det du har opplevd?»

Å stille løsningsfokuserte spørsmål henger sammen med et kristent menneskesyn. Som mennesker stiller vi spørsmål ved hvilken plass vi har i samfunnet, hva som er menneskelivets opprinnelse, målet, hensikten og meningen med livet. Innenfor en løsningsfokusert tro på mennesket tar man utgangspunkt i at vi er skapt i Guds bilde med mange muligheter til å være menneske og utvikle oss. Det handler om å nyttiggjøre seg av egne evner og vektlegge den psykiske sunnheten mennesket besitter (I. K. Berg & Miller, 2000). Innenfor en slik tankegang vil det ikke ha noen hensikt å fokusere på klienters mangler og svakheter, men heller på de sterke sidene, ressurser, evner og løsninger de har, og tro at de er der.

Den løsningsfokuserte pioneren Steve de Shazer (1988) var opptatt av å finne frem til forandringer, forskjeller som utgjør forskjeller i møte med mennesker. Det er forskjellene som kan utgjøre en forandring, og som kan skape en endring. Disse forskjellene kan hjelpe konfidenten til å se andre og

nye ting. Gjennom løsningsfokuserte spørsmål kan sjelesørgeren skape forskjeller og utvikle konfidentens forståelse for egne talenter og dermed gjøre muligheter og løsninger synlige. Mirakelspørsmål eller «ønsket fremtid»-spørsmål kan være relevante i den sammenheng: «Tenk deg selv om to år og du har det livet du ønsker å ha. Hva er annerledes da?» og «Hva har du gjort for å få det til?»

### Styrker og begrensninger

I kvantitativ datainnsamling er det en fare for at intervjuers bakgrunn og erfaringer kan påvirke informantene. Intervjuer er selv teolog og har gjennomført en modul i pastoral-klinisk utdanning. Intervjuer er også kjent med bruken av coachende prinsipper i sjelesorgsamtaler. En svakhet ved samme utdanningsbakgrunn er at ord og uttrykk tas for gitt. Enkelte koder og symboler kan virke selvsagte, og noe informasjon kan gå tapt. Styrken ved samme erfaringsbakgrunn er at informasjon som kommer frem, blir troverdig og valid (Grenness, 2001). I studien er intervjuers forforståelse imøtegått ved å legge vekt på å søke informantenes versjon av virkeligheten, deres holdninger, oppfatninger og meninger, slik at så autentiske data som mulig trer frem.

En kritisk faktor ved undersøkelsen er informantenes kunnskaper om coaching. Sjelesørgeren som visste mye om coaching, brukte det aktivt. De andre informantene hadde bare en mer generell kjennskap til coaching. Informantenes uttalelser kan likevel regnes som et uttrykk for en holdning.

En annen kritisk faktor er antall informanter. Syv informanter er et relativt lite utvalg. Samtidig har studien hatt som mål å avdekke kvalitative holdninger. Studien kunne kvantitativt ha undersøkt i hvor stor grad prester bruker coaching i sjelesorgsamtaler, eller stilt spørsmål ved hvilken effekt det har, men på dette stadium ville det gitt liten mening. Imidlertid ønsket undersøkeren å komme «nærmere dataene» og få en forståelse for presters sjelesorgtilnærming og sjelesørgeres oppfatning av om coaching kan bidra positivt.

## 5. Konklusjon

Med bakgrunn i at flere sjelesørgere har uttrykt ønske om å få innblikk i nyere fagtradisjoner for å utvikle en bredere og mer adekvat sjelesørgerisk tilnærming, tar denne artikkelen for seg en empirisk kvalitativ studie der det er gjort dybdeintervjuer med syv informanter for å finne ut om coaching kan ha positiv betydning.

Studien viser at sjelesørgere mangler verktøy og metoder for å bringe en sjelesorgsamtale fremover. Det kan synes som om det er en viss skepsis mot å bli for målorientert i sjelesorgsamtaler. Derimot kan det se ut som alle studiens informanter ønsker å bli mer fremtids- og håporienterte i samtalene.

Det kan synes som det er særlig innen gruppen menighetsprester som har en del hverdagslige samtaler, at det er ønske om å lære seg teknikker for å hjelpe konfident fremover.

Studien avdekket at sjelesørgere har to typer samtaler. Den ene samtalen er av mer eksistensiell karakter og handler om å hjelpe konfidenten til å tåle livet. Den andre typen blir oppfattet som livsveiledning. Innen den første samtaletypen ser sjelesørgerne på sitt bidrag som noe særegent. Samtalen blir betraktet som en motsats til et samfunn som ikke «tåler smerte». Innen livsveiledningssamtaler ligner samtalen intensjon både eksistensiell, fenomenologisk, løsningsorientert og kristen coaching. I slike samtaler kan coachingmetoder hjelpe mennesker til «å løse problemer» og komme på «rett spor». En coachende teknikk som å bringe den andre fremover gjennom ønsket fremtidsspørsmål kan tilføre sjelesorgfeltet noe det selv ikke har.

### Praktiske implikasjoner

At det er menighetsprester som sterkest gir uttrykk for at de har få verktøy til å gjennomføre eksistensielle hverdagslige samtaler, er interessant, men utvalget i denne studien er lite. En nytt forskningsstudium som tar utgangspunkt i menighetsprester og deres utfordringer knyttet til sjelesorgsamtaler, vil derfor være relevant. I den sammenheng kan det være aktuelt å undersøke om andre samtaletilnærminger som veiledning og filosofiske dialogtilnærminger også vil kunne være til hjelp.

Med tanke på at flesteparten av informantene i denne studien har generell kunnskap om coaching, kan det være relevant å vurdere å gjøre kristen coachinglitteratur kjent. Med tanke på den skeptiske holdningen som finnes til amerikanske strømninger blant sjelesørgere, bør imidlertid et slikt prosjekt ta utgangspunkt i norsk kirkelig kontekst.

### Om forfatteren

Gry Espedal er forfatter og Ph.d.-stipendiat i verdibasert ledelse på Diakonhjemmet. Espedal har arbeidet som studentprest på Lovisenberg diakonale høgskole i perioden 2008–2012. Artikkelen baserer seg på en avsluttende prosjektoppgave for Master of Management ved Handelshøyskolen BI (2012).

Gry.espedal@diakonhjemmet.no

## Abstract

Christian coaching as a practice has been presented and discussed in international pastoral care literature. Few researchers have investigated such practice in a Norwegian context. Based on a Norwegian research study, this article discusses whether coaching may have a positive significance in pastoral care conversations. Several Norwegian theorists have made attempts to identify a pastoral care practice that addresses peoples existentially concerns. This article shows that ecclesial pastors express the need for new methods and processes that can bring pastoral care conversations forward to better serve people's needs. Informants confirm that coaching can help them to be more future-oriented in pastoral care conversations.

## Referanser

- Alvesson, M., & Skoldberg, K. (2009). *Tolkning och reflektion. Vetenskapsfilosofi och kvalitativ metod*. Lund: Studentlitteratur.
- Berg, I. K., & Miller, S. D. (2000). *Rusbehandling. En løsningsfokusert tilnærming*. Oslo: Ad Notam, Gyldendal.
- Berg, M. E. (2010). Coaching og jakten på identitet. *Magma*, 2/2010.
- Bergem, A. (2008). «Som epler av gull..» *En bok om kristen sjelesorg. Bind 1: Sjelesorgens prinsipielle grunnlag og egenart*. Oslo Kolofon.
- Bjørndal, C. R. P. (2009). Coachen markedsført som Sokrates. *Magma*, 6(2009).
- Bunkholt, M. (2007). Folkekirkelig sjelesorg. *Tidsskrift for sjelesorg*, 3/2007, 185-195.
- Collins, G. (2009). *Christian coaching. Helping others turn potential into reality*. USA: Navpress.
- Courville, W. (2009 ). *Coach, therapist, or spiritual director? An analyse of discourse about spirituality as used in professional coaching*. Abstrakt av en avhandling ved University of Ottawa.
- de Shazer, S. (1988). *Clues. Investigating solutions in brief therapy*. USA: W.W.Norton & Company Inc.
- Elliot, R. (2010). Religious belief, spirituality and coaching for leadership development in our emergent world. *Journal of spirituality, Leadership and Management*, 4(1), 86-104.
- Engedal, L. G. (1994). Guds hjerte og menneskets sjel. *Tidsskrift for sjelesorg*, 2/3 1994, 123-147.
- Engedal, L. G. (2004). Kristen sjelesorg i en postmoderne kultur. Utfordringer og muligheter. In M. Ekedahl & B. Wiedel (Eds.), *Mötet med den splittrade människan. Om själavård i postmodern tid* Stockholm: Verbum.
- Espedal, G. (2012). ..at finde Ham der hvor Han er.. En kvalitativ analyse av sjelesorg og coaching. Avsluttende prosjektoppgave i Master of Managment, Handelshøgskolen BI, Oslo.
- Espedal, G., Andersen, T., & Svendsen, T. (2006). *Løsningsfokusert coaching*. Oslo: Gyldendal.
- Falk, B. (2011). *Å være der du er - en samtale med kriserammede*. Oslo: Fagbokforlaget.
- Flaherty, J. (1999). *Coaching - Evoking excellence in others*. USA Butterworth/Heinemann.
- Grenness, T. (2001). *Innføring i vitenskapsteori og metode*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Grenness, T. (2004). *Hvordan kan du vite at noe er sant? Veiveiser i forsknings- og utredningsarbeid for studenter, ledere, konsulenter og journalister* Oslo: Cappelen akademisk forlag.
- Grevebo, J. S. (2006). *Sjelesorgens historie. En veiviser i det sjelesørgeriske landskapet - historisk og aktuelt*. Oslo Luther forlag.
- Hall, C. W., Copper, B. C., & McElveen, K. A. (2009). *Faith coaching. A conversational approach to helping others move forward in faith*. USA Coach Approach Ministries.

- Iversen, R. (2013). *Barmhjertighet og frigjøring. Sjelesorg som kritisk hermeneutisk praksis. Refleksjoner i grenselandet mellom teologi og filosofi*. Doktoravhandling. Menighetsfakultetet, Oslo.
- James, J. (2001). The power of valuing in Brief pastoral counseling. In H. W. Stone (Ed.), *Strategies for brief pastoral counseling* (pp. 23-30). Minneapolis Fortress Press.
- Kimsey-House, H., Kimsey-House, K., & Sandahl, P. (2011). *Co-active coaching. Changing business transforming lives*. London: Nicholas Brealey Publishing.
- Ladegård, G. (2008). Coaching i norske virksomheter. Formål og omfang Retrieved 15. 01.2012, from <http://groladegard.no/Coaching%20i%20norske%20virksomheter.pdf>
- Lauvås, P., & Mathisen, P. (2007). Falske coacher - finnes de? *Magma*(4/2007).
- Levy, R. D., & Chan, J. (2006). Spiritual coaching in cancer patients: Treating the spirit as well as the disease. *Journal of pastoral care & counseling*, 60(4), 395-404.
- Melander, R. (2006). *A generous presence. Spiritual leadership and the art of coaching*. USA: The Alban Institute.
- Miller, L. J., & Hall, C. W. (2007). *Coaching for Christian leaders. A practical guide*. USA: Charlie press.
- Montgomery, D. (2009). *Pastoral counselling & coaching. Compass therapy in churches USA*: Montgomery.
- Okkenhaug, B. (2010). *Når jeg ser ditt ansikt. Innføring i kristen sjelesorg*. Oslo: Verbum.
- Rønning, R. (2005). Coaching - et ullent begrep og en risikabel praksis. *Magma* (4/2005).
- Stoltenberg, S. (2008). Sjelesorg og sjelesørger. In S. Danielsen (Ed.), *Nærhet. Når gudsbilde og selvbilde utfordres* (pp. 242-278). Oslo: Lunde forlag.
- Stoltzfus, T. (2009). *Christian life coaching. Calling and destiny discovery tools for Christian life coaching. Handbook*. USA: Coach22.
- Stone, H. W. (Ed.). (2001). *Strategies for brief pastoral counseling* Minneapolis: Fortress Press.
- Whitmore, J. (2002). *Coaching for performance*. London: Nicholas Brealey Publishing.